



District 3520

台北永康扶輪社
ROTARY CLUB of TAIPEI EVER YOUNG



社刊 第一屆
第 32 期



辦事處：台北市南京東路四段126號13樓-3 電話：(02)2578-3927羅小姐 傳真：(02)2578-2875 E-mail: ykclub@somethingnew.com.tw

副社社長:CP Cynthia/下屆社長:Annika/副社長:Joan/秘書長:John/會計長:Austin/糾察長:Alan/社刊主委:Marty/出席主委:Julie

●第一屆第三十二次例會 中華民國99年03月18日

●例會時間：星期四 中午12:20~14:00

●例會地點：六福皇宮 2F 鬱金香閣

主講人：陳泰杰 T.J.Chen



攝於海拔3000公尺高之雲貴高原



2009.03.18 例會主講人 陳泰杰 T.J.Chen

講題：我的奇幻旅遊見聞錄-30分鐘讓你變身奢華旅遊達人

現任：《高爾夫文摘》台灣版總經理、棕櫚湖渡假村行銷顧問

1993至今、中華民國高爾夫協會比賽、規則教練委員會委員

經歷：高爾夫推廣經歷17年，旅遊觸角遍及中、日、韓、星、

馬、泰、越、印尼、澳洲、蘇格蘭、美國、夏威夷等12個國家及地區。

曾擔任亞洲職業高爾夫巡迴賽駐台灣聯絡人

(1999~2001) 並曾策劃主辦首次台灣球友前往高爾夫發源地

蘇格蘭朝聖活動(2002)。



CP Cynthia 主持例會



CP Cynthia 致贈社旗予伍導演



全體社友於 3/11 第 31 次例會結束時合影

扶輪四大考驗	永康扶輪四大原則	永康扶輪四大要件
1. 是否一切屬於真實?	1. 待人要誠實	1. 我要增加社友人數
2. 是否各方得到公平?	2. 約會要準時	2. 我要從事服務計畫
3. 能否促進親善友誼?	3. 說話要算數	3. 我要支持RI基金會
4. 能否兼顧彼此利益?	4. 承諾要兌現	4. 我要學習扶輪領導



District 3520

台北永康扶輪社
ROTARY CLUB of TAIPEI EVER YOUNG



社刊 第一屆
第 32 期



葡萄酒的品質與品味



大家好！我是社友Isa，1991年底跟著弟弟與妹妹的腳步到澳洲當留學生，2年後移民澳洲並定居墨爾本，1999年時，與朋友在墨爾本華人區BOX HILL創設1228 TEA HOUSE，獲頒海外華人創業獎，2004年接手家族事業SU & SON WINES 管理酒莊之工作，2005年與夫婿Kris結婚，隔年中返台定居並開辦了SU & SON WINES台灣分公司，致力於台灣與亞洲市場之開發。

台灣的葡萄酒市場發展至今已有約20年之歷史，市場年年成長且消費族群越來越年輕化，然而，由於臺灣並非葡萄酒生產國，葡萄酒皆由國外進口，因此，消費者對於葡萄酒的認識也相當侷限。由於進口商門檻低，因此競爭激烈，台灣的葡萄酒市場之

亂象常令我們歎為觀止，以下是一些個人的經驗，提供大家需要謹慎飲用的葡萄酒有哪些：

1. 餐廳訂桌送的酒
2. 零售價300元以下的酒
3. 不知名的禮盒酒
4. 臨時攤位賣的酒
5. 便宜吃到飽免費暢飲的酒

葡萄酒品質的關鍵在於葡萄，釀酒所用葡萄的質量決定了葡萄酒的品質，葡萄質量分為五級，C+級以上才是Isa建議的標準品質，詳見下表：

Wine Grape Grade 釀酒葡萄等級	Indicative Yield (T/Ha) 產量(噸/公頃)
A (Specialty)	5
B (Super Premium)	7
C (Premium)	12
D (Popular Premium)	16
E (Basic)	25



品質是客觀的，品味是主觀的，品質是品味的基礎，希望大家都能安心享用聰明選購的葡萄酒，喝出健康歡樂與品味！



感謝永康社社友 蘇 真 Isa 提供



District 3520

台北永康扶輪社
ROTARY CLUB of TAIPEI EVER YOUNG



社刊 第一屆
第 32 期



好文分享：一生都要學習做人

星雲大師有一位徒弟，大學畢業後，到夏威夷讀碩士，又到耶魯讀博士，花了好多年的時間，終於得到博士，非常歡喜。有一天他回來，對星雲說：「師父，我現在得到博士學位了，以後要再學習什麼呢？」星雲說：「學習做人。」學習做人是一輩子的事，沒有辦法畢業的。星雲覺得人生，不管是士農工商、各種人等，只要學習就有進步，今天要跟大家分享需要學習的事。

一、「學習認錯」。

認錯的對象可以是父母、朋友、社會大眾、佛祖，甚至向兒女或是對我不好的人認錯，自己不但不會少了什麼，反而顯得你有度量。學習認錯是美好的，是一個大修行。

第二、「學習柔和」。

人常常不肯認錯，凡事都說是別人的錯，認為自己才是對的，其實不認錯就是一個錯。人的牙齒是硬的，舌頭是軟的，到了人生的最後，牙齒都掉光了，舌頭卻不會掉，所以要柔軟，人生才能長久，硬反而吃虧。心地柔軟了，是修行最大的進步。一般形容執著的人說，你的心、你的性格很冷、很硬，像鋼鐵一樣。如果我們像禪門說的調息、調身、調心，慢慢調伏像野馬、像猴子的這顆心，令它柔軟，人生才能活得更快樂更長久。

第三、「學習生忍」。

這世間就是忍一口氣，風平浪靜，退一步海闊天空；忍，萬事都能消除。忍就是會處理、會化解，用智慧、能力讓大事化小、小事化無。各位要生活、要生存、要生命，有了忍，可以認清世間的好壞、善惡、是非，甚至接受它。

第四、「學習溝通」。

缺乏溝通，就會產生是非、爭執與誤會。現在中國大陸、香港和台灣，兩岸三地最重要的就是溝通，相互瞭解、相互體諒、相互幫助，大家都是龍兄虎弟，互相爭執、不溝通怎麼能和平呢？

第五、「學習放下」。

人生像一隻皮箱，需要用的時候提起，不用的時就把它放下，應放下的時候，卻不放下，就像拖著沉重的行李，無法自在。人生的歲月有限，認錯、尊重、包容才能讓人接受，放下才自在啊！

第六、「學習感動」。

我們看到人家得好處，要歡喜；看到好人好事，要能感動。感動是一個愛心、菩薩心、菩提心，在我幾十年的歲月裡，有許多事情、語言感動了我，所以我也很努力的想辦法讓別人感動。

第七、「學習生存」。

為了生存，我要維護身體健康，身體健康不但對自己有利，也讓朋友、家人放心，所以也是孝親的行為。

** 心在哪裡，人就在那裡 **

感謝永康社大保母 PP D.K 提供



District 3520

台北永康扶輪社
ROTARY CLUB of TAIPEI EVER YOUNG



社刊 第一屆
第 32 期



未來四周行事曆

15	16	17	18	19	20	21					3/24	移動例會--內湖社授證
22	23	24	25	26	27	28					3/25	理監事會議
29	30	31	1	2	3	4		地區領導人研習會 DLS	分區社秘會	永康	3/27	植樹活動
四月份例會 4/1,4/10,4/15,4/22,4/29												
5	6	7	8	9	10	11		GSE 來訪團 Inbound			4/10	移動例會(年會)

03/11第三十一次例會出席率

男性社友 28 人	實到 23 人	男社友出席率 82.14%	女性社友 17 人	實到 14 人	女社友出席率 82.35%
永康社應出席例會人數共 45 人		實際出席總人數 37		第三十一次例會出席率 82.22%	

03/11第三十一次例會歡喜捐名單與金額

CP Cynthia \$2000、PP DK \$2000、Annika \$2000、Kevin \$1000、伍宗德 \$5000、PP Margaret \$2000、PP Paper \$1000、Coco \$1000、Julie \$1000、Clint \$2000。

3520地區第七分區台北永康扶輪社第三十二次例會會議議程

項目	3/18 第 32 次例會議程內容	司儀主持內容:	時間
1.	社友報到、用餐聯誼、各事項報告	值班司儀	12:20~13:00
2.	主席敲鐘宣佈開會/宣讀扶輪四大考驗	主席	13:00~13:02
3.	唱扶輪歌曲	歌唱主委	13:02~13:07
4.	與會貴賓、友社社友介紹	聯誼主委	13:07~13:10
5.	節目主委介紹本週演講來賓	節目主委	13:10~13:15
6.	專題演講 講題：我的奇幻旅遊見聞錄 主講人：陳泰杰 總經理	陳泰杰 總經理	13:15~13:55
7.	主席贈送小社旗予演講貴賓	主席	13:55~13:57
8.	糾察報告	糾察長	13:57~14:00
9.	主席總結並宣布散會	主席	14:00
10.	團體合照		

※ 3520 地區第七分區台北永康扶輪社第三十三次例會(移動例會)

日期：2010-03-24 星期三 18:00~21:00 內湖維多利亞酒店 (內湖社授證晚會)

※ 3520 地區第七分區台北永康扶輪社三月份理事會議

日期：2010-03-25 星期四 12:00~13:00 好樣公司展覽室

祛寒止咳-小米玉露

北醫實證傳統醫學中心主任楊玲玲一提起小米，讚不絕口，既補脾腎、清熱解毒、利腸胃，普林含量又很低，根據衛生署的資料，每 100 克小米的普林含量只有 7.3 毫克，遠低於每 100 克白米的普林含量 (18.4 毫克)，或每 100 克糙米的普林含量 (22.4 毫克)。推薦小米玉露食譜，有助於祛寒止咳！文

· 黃惠鈴 食譜提供-楊玲玲 康健雜誌 135 期

材料：小米 10 克、有機蓬萊米半杯、苦杏仁 40 克 **作法：**1.米和小米洗淨，先用適量水浸泡。之後用果汁機打成米漿。2.苦杏仁去皮尖洗淨，先浸泡在適量水中。之後用果汁機打成杏仁漿。3.在鍋中倒 4 杯水煮開後，慢慢加入米漿攪勻，再慢慢倒入杏仁漿攪勻。4.用小火燉煮 10 分鐘後，加入適量的冰糖，就可趁熱喝。

